

## LA SENSORY ROOM II METODO SNOEZELLEN nell'AULA MULTISENSORIALE

Snoezelen: una relazione particolare che si basa sulla "sensorialità" della persona.

La parola "Snoezelen", nata in Olanda all'inizio del 1970, è un neologismo derivante dalla contrazione di due termini: "*doezelen*", ossia rilassamento, e "*snuffelen*", stimolazione.

Lo Snoezelen, infatti, è un approccio alla persona, una modalità di entrare in relazione con l'altro/a attraverso momenti di rilassamento e di stimolazione. Non si tratta né di un metodo, né di una terapia e ancora meno di una tecnica, ma piuttosto di una filosofia relazionale. Ci sono molte descrizioni possibili per lo Snoezelen ma le parole e le immagini sono solo un riflesso inesatto dell'evento perché lo Snoezelen è soprattutto un'esperienza personale, un vissuto interiore.

- Lo Snoezelen può essere un Luogo, uno Spazio atto a proporre stimolazioni dolci e varie con l'obiettivo di raggiungere Relax e Piacere dell'ospite attraverso la sensorialità.
- È un Mezzo di Stimolazione che cerca di mettere in atto dei processi di Apprendimento e Educazione. Attraverso lo Snoezelen si "gioca" sulle stimolazioni proposte variando la intensità, forma e attivando così i diversi sensi della persona. Queste stimolazioni sensoriali possono servire anche per rieducare delle patologie comportamentali (autolesioni, comportamenti stereotipati, etc.). Le ricerche effettuate in questo campo hanno permesso di riscontrare un effetto positivo dell'ambiente Snoezelen su questo tipo di comportamenti.
- Infine, lo Snoezelen può essere uno Strumento Relazionale che mette in evidenza la qualità relazionale tra l'accompagnatore e l'accompagnato. La volontà non è di ridurre lo Snoezelen unicamente a del materiale o a delle stimolazioni ma di estenderlo alla dimensione relazionale, all'incontro di due esseri umani nel "qui e ora". Con lo Snoezelen si può arrivare ad un livello emozionale profondo, quello dei ricordi e delle sensazioni. L'ambiente creato (i materiali ma anche la relazione) permette un'apertura sensoriale che favorisce l'interiorizzazione. L'attività si pone su un piano non verbale che sollecita fortemente il corpo: corpo e movimento, corpo in relazione con sé e con l'altro.

### UN PO' DI STORIA

Negli anni '70 lo Snoezelen fa la sua apparizione in Olanda dalle riflessioni di due uomini e della loro equipe: Hulsegge e Verheul. Gli elementi che compongono lo Snoezelen, mezzi di stimolazione sensoriale, non sono nuovi per l'epoca. Queste stimolazioni, infatti, erano già considerate come vettori di miglioramento della salute delle persone affette da malattie mentali profonde, nonché mezzi di comunicazione per entrare in contatto con essi.

Le prime tracce del principio Snoezelen appaiono in una pubblicazione americana del 1966. Non si parla di Snoezelen ma di uno spazio chiamato "caffetteria sensoriale". Da qua ha inizio l'interesse per le questioni inerenti le relazioni tra l'uomo e il suo ambiente. Nasce una nuova volontà di pianificazione dello spazio in grado di consentire un equilibrio dell'uomo e del suo ambiente. L'uomo agisce sul suo ambiente, e questo esercita un'influenza sul suo comportamento. La questione all'epoca era di sapere in quale modo le caratteristiche dell'ambiente influenzano l'uomo. Queste ricerche vengono elaborate sui soldati di ritorno dalla guerra del Vietnam: si nota che oltre le patologie psicologiche causate dalla guerra, l'isolamento sensoriale che fa seguito alla loro ospedalizzazione accentua le patologie. Allestire degli ambienti più gradevoli proponendo diverse stimolazioni e favorisce il benessere.

Più tardi, nel 1976, si teorizza l'apporto delle stimolazioni sensoriali per lo sviluppo psicomotorio dell'essere umano, portatore o meno di handicap, definendo il concetto di "stimolazione di base".

La realtà Snoezelen entra a far parte di quelle terapie che utilizzano stimolazioni sensoriali, ma ciò che ha permesso allo Snoezelen di svilupparsi come nuova attività, è che i diversi elementi che lo compongono sono stati utilizzati in un insieme organizzato volto al benessere della persona portatrice di handicap; era forte la volontà di trovare attività da proporre a queste persone impossibilitate a comunicare verbalmente il loro universopsichico. Ciò che hanno fatto Hulsegge e Verheul è studiare e proporre attività adatte.

Sovente le persone portatrici di più handicap hanno un livello cognitivo molto basso che limita l'interesse delle

attività che gli vengono proposte. L'idea originale per l'epoca è stata di creare un ambiente atto a proporre sollecitazioni sensoriali che generano piacere e relax, tradotto nella realizzazione di sale o percorsi sensoriali. Tutto questo con lo scopo di favorire sollecitazioni sensoriali dolci, diverse, dove tutti i sensi possano essere sollecitati separatamente o simultaneamente. In un congresso sui giochi organizzati da un'associazione olandese sullo studio dei portatori di handicap mentali, viene presentato per la prima volta uno spazio Snoezelen, chiamato "tenda delle attività" dove vengono proposte attività ludiche atte a stimolare i sensi: le reazioni positive furono numerose. Queste attività hanno avuto successo sia con i pazienti, che con i famigliari e i professionisti: è così che lo Snoezelen inizia a svilupparsi velocemente.

Negli anni '80, le riflessioni si spostano sui materiali da utilizzare per stimolare al meglio i diversi sensi della persona. Tecnologia e moda di questi anni influenzano la connotazione dei materiali; vengono arredate stanze con materassi ad acqua calda, luci che cambiano colore, colonne con bolle luminose (bubble tube), fibre ottiche, etc. Il primo spazio Snoezelen viene creato nel 1984.

Lo Snoezelen si espande presto in Europa (Belgio, Inghilterra e Francia) e negli Stati Uniti.

In Inghilterra (inizio anni '80) gli spazi vengono creati seguendo gli stessi concetti degli olandesi e i destinatari sono gli adulti portatori di handicap molto seri. Dopo qualche mese di pratica, si evidenzia una diminuzione dei problemi comportamentali. Questi spazi si sviluppano ulteriormente passando da una "caffetteria sensoriale" a un luogo di condivisione e accompagnamento dove la qualità di questo accompagnamento è fondamentale.

In Francia l'utilizzo dello Snoezelen si avrà solo dopo il 1992, data nella quale i medici riconoscono questo approccio al congresso sui portatori plurimi di handicap. Da questo momento i campi d'applicazione si sono moltiplicati: bambini e adulti portatori plurimi di handicap, bambini e adulti affetti da autismo, accompagnamento in fin di vita, persone dementi, risveglio dal coma. Si è constatata una "regolazione sensoriale grazie all'ambiente Snoezelen" e "una relazione tra le stimolazioni sensoriali e la rieducazione dei comportamentistereotipati e inadatti". L'obiettivo è diventato quello di favorire relax (*doezelen*) attraverso il risveglio sensoriale (*snuffelen*), proponendo uno spazio adatto a ciascuna persona.

## SNOEZELLEN COME STRUMENTO RELAZIONALE

L'esperienza Snoezelen fa nascere altre riflessioni riguardo all'infatuazione delle numerose aziende che fabbricano materiale da proporre per l'installazione "chiavi in mano" delle sale multisensoriali.

Alcune istituzioni mettono a disposizione lo spazio per i pazienti senza alcun accompagnamento: lasciato per un dato tempo nello spazio snoezelen, viene ripreso a fine seduta. In altre, dove lo spazio è molto sofisticato, l'accompagnatore diventa un vero tecnico nei comandi e nei materiali.

*Ma Snoezelen è solo un luogo, del materiale, una moda?*

Su queste domande si sono orientate diverse riflessioni:

- Come essere il più giusti possibile in quello che si propone come stimolazione a un'altra persona che per le sue difficoltà di comunicazione non potrà manifestare cosa gli piace e cosa no?
- Come pensare all'accompagnamento in questi spazi?
- Quale attitudine relazionale bisogna avere con la persona che si accompagna?

Insieme al materiale e all'accompagnamento, è necessaria la volontà di proporre alla persona un quadro rassicurante e piacevole che gli permetta di sperimentare un'altra realtà, rispettando il suo ritmo e lasciandogli la libertà di scelta.

La persona non è vista solo come un oggetto bisognoso di cure ma come soggetto desideroso.

La filosofia Snoezelen ha dunque come interesse principale quello di entrare in relazione con la persona e permettergli di esserne l'attore principale.

La relazione proposta nel quadro dello spazio Snoezelen ha due soggetti: l'accompagnato e l'accompagnatore, ciascuno come persona singola e "sconosciuto" dall'altro.

Questo approccio invita a lasciarsi andare in quanto l'ambiente e la relazione fanno venire fuori quello che siamo veramente.

Alla fine degli anni '80, in Belgio si sono fatte delle riflessioni prendendo lo Snoezelen come strumento relazionale.

Queste riflessioni sulla pratica e la formazione sono approfondite da Marc Thiry, che dà al corpo, alle emozioni e alla sensorialità un posto centrale in quanto espressione dell'essere e dell'anima della persona.

Il relax (doezelen) viene preso come mezzo d'apertura della persona verso il mondo; e le stimolazioni (snuffelen) sono prese come mezzo per entrare in contatto con la persona. Lo Snoezelen viene esteso a tutte le persone che presentano difficoltà relazionali: persone dementi, adulti o bambini autisti o psicotici, persone che presentano problemi di abbandono, persone segnate nella memoria in seguito ad abusi o maltrattamenti.

## SNOEZELLEN: UN ALTRO MONDO

È stato detto più volte che non si tratta né di un metodo, né di una terapia, ma di una filosofia relazionale, un approccio alla persona. L'esperienza Snoezelen è un'esperienza che si vive dall'interno. Con lo Snoezelen si intende offrire stimolazioni primarie in un ambiente caloroso: un'attività primaria orientata verso la percezione sensoriale di luci, rumori, cose da toccare e annusare. Con lo "Snoezelen si accede ad un mondo infantile catturato da forme, colori, e sensazioni."

"Lo Snoezelen è un'esperienza personale e soggettiva. Questo tipo d'esperienza include un'attitudine interrelazionale in un luogo naturale o no che ha come componente fondamentale la sensorialità della persona, riducendo le tensioni, motivando le proprie azioni, realizzando il proprio essere."

Analizziamo brevemente gli elementi di questa definizione:

**Esperienza personale:** anche se l'attività viene proposta in gruppo, ogni persona vivrà l'esperienza per sé, in interazione o no col resto del gruppo.

**Soggettiva:** la persona vivrà l'esperienza al proprio ritmo e secondo la propria dinamica interna.

**Luogo naturale o no:** Snoezelen non è unicamente un luogo (la stanza); l'attitudine deve estendersi ai diversi momenti della quotidianità così si sviluppano i bagni snoezelen, i pasti snoezelen, le passeggiate snoezelen.

**Sensorialità della persona:** è la componente fondamentale della filosofia snoezelen. È sul modo sensoriale che si propone di entrare in relazione con la persona dandogli la possibilità di stabilire un contatto con il mondo.

**Riduzione delle tensioni:** l'accompagnamento dovrà ridurre sia le tensioni fisiche che psichiche, seguendo il ritmo della persona e nella misura delle sue possibilità.

**Motivare le proprie azioni:** l'accompagnamento deve lasciare emergere le capacità della persona, anche se minime, permettendogli di ridiventare l'attore malgrado le sue difficoltà fisiche o psichiche.

**Realizzazione del proprio essere:** incoraggiando la creatività si favorisce il movimento di tutto l'essere umano.

Quando si propone uno spazio Snoezelen, è importante che le due nozioni (*doezelen* e *snuffelen*) siano presenti affinché le persone possano esplorare "andate-ritorno" tra relax ed esplorazione.

È essenziale che la persona trovi una sicurezza di base, di confidenza, di rilassamento, di benessere, che le consenta un'apertura verso esplorazioni sensoriali e relazionali.

"Lo Snoezelen propone alla persona un momento di incontro, di relax, di comfort permettendogli di fare, secondo il proprio ritmo, l'esperienza di diverse stimolazioni sensoriali, anche molto semplici."

Il clima di sicurezza creatosi nello spazio snoezelen è favorito dalle regole del gruppo e, soprattutto, dalla presenza degli accompagnatori. Una volta che la persona prende confidenza, potrà rilassarsi, liberare le sue tensioni, così che gli accompagnatori possano accogliere l'espressione di questi sentimenti.

La volontà principale è di proporre un quadro che offra la possibilità di vivere l'esperienza di un'altra realtà, permettere alla persona di percepire l'ambiente in maniera nuova e diversa.

È importante non ridurre lo Snoezelen a un luogo contenente materiali particolari destinati a stimolare i sensi; lo Snoezelen è un approccio fondato sul benessere della persona e sul risveglio sensoriale.

*"La neve cade, vedo fondere i fiocchi in gocce d'acqua. Attraverso la camera galleggiano diverse tonalità di un'arpa che viene dal mio stereo. Mi siedo sulla mia sedia a sdraio e con gli occhi fisso per un attimo le fiamme della legna che brucia. Con una pinza, muovo qualche tronco, cerco di seguire le scintille nel loro crepitio. L'odore del fresco abete mi solletica le narici. Porto alle mie labbra il mio bicchiere di vino, mmm...che buon vino! Che*

*deliziosa giornata snoezelen!" (HULSEGGE e VERHEUL, 2004)*

Quindi, non importa dove si svolge lo Snoezelen: basta avere il giusto tempo per vivere ogni esperienza con le persone. Il metodo Snoezelen deve applicarsi nella vita quotidiana per il benessere degli ospiti perché ogni situazione può essere vissuta come un'esperienza sensoriale.

Gli otto principi di HULSEGGE e VERHEUL

Le attività Snoezelen devono essere organizzate secondo 8 principi:

1. L'ATMOSFERA ADEGUATA

Calorosa e rassicurante: sono importanti, ma non essenziali, materiali come luci, musica dolce...

2. LA POSSIBILITÀ DI SCELTA

L'ospite deve essere libero di andare dove vuole e l'accompagnatore deve seguirlo senza mai obbligarlo a scegliere un'attività piuttosto che un'altra. L'iniziativa deve venire il più possibile dalla persona.

3. LA POSSIBILITÀ PER CIASCUNO DI VIVERE SECONDO I PROPRI RITMI

L'ospite deve vivere le stimolazioni secondo il proprio ritmo e l'accompagnatore deve adattarsi.

4. LA GIUSTA DURATA DEI TEMPI

L'ideale è non avere degli orari da rispettare e osservare: sarà l'ospite a farci capire quando è ora di terminare la seduta, ad esempio se lo vediamo disinteressato, annoiato.

5. LA RIPETIZIONE

L'ospite abituato allo Snoezelen è sottoposto a delle stimolazioni che conosce già, ed è possibile che sia necessario presentare più volte le stesse stimolazioni prima che mostri dei segni: questo dipende dalla persona.

6. LA PRESENTAZIONE SELETTIVA DELLE STIMOLAZIONI

Le stimolazioni devono essere proposte successivamente, non bisogna sovraccaricare le attività. L'ospite deve potersi concentrare su ogni stimolazione senza essere disturbato da un'altra.

7. L'ATTITUDINE ADEGUATA

L'accompagnatore deve adottare un comportamento adeguato verso l'accompagnato. Deve possedere delle qualità personali, ascolto, attenzione, pazienza, dolcezza che gli consentono di adattarsi all'ospite e di entrare in contatto con lui.

8. L'ACCOMPAGNAMENTO ADEGUATO

L'accompagnatore deve seguire il ritmo dell'ospite e quest'ultimo deve vivere da solo le proprie esperienze.